

JAK ANGAŻOWAĆ SIĘ W PRACĘ BEZ RYZYKA WYPALENIA?

Adresat	<ul style="list-style-type: none"> Firmy dbające o rozwój osobisty i zawodowy pracowników Osoby, których efektywność pracy zależy od dobrego komunikowania się z ludźmi Osoby pracujące w obszarze pomagania innym
Cele	<ul style="list-style-type: none"> Nabywanie umiejętności identyfikowania obciążeń w pracy zawodowej Nauczanie sposobów reagowania na sygnały przeciążenia Zdobycie umiejętności radzenia sobie ze stresem, przywracania równowagi wewnętrznej, bezpiecznego uwewnętrzniania świata zawodowego Nauczanie sposobów gospodarowania własnym czasem, energią, zaangażowaniem
Przewidywane efekty	<ul style="list-style-type: none"> Podniesienie efektywności i komfortu pracy Pobudzenie zasobów zespołów pracujących w kierunku rozwoju.
Metody	<ul style="list-style-type: none"> Zajęcia prowadzone metodami aktywnymi: struktury ćwiczeniowe indywidualne i grupowe, psychodrama, „burza mózgów”, gry symulacyjne, edukacja, film W pracy grupowej pomagamy identyfikować zasoby i wykorzystujemy je w pracy z zespołem Dla osób zajmujących się pomaganiem wykorzystuje się techniki doświadczeniowe z uwzględnieniem elementów procesu grupowego
Formuła zajęć	<ul style="list-style-type: none"> Zajęcia prowadzone przez dwóch trenerów Grupa 12-15 osób 16 godzin dydaktycznych (2 x 8 godzin) Program modyfikowany jest zgodnie z zapotrzebowaniem uczestników Realizacja programu możliwa jest u klienta bądź u organizatora Uczestnicy otrzymują materiały edukacyjne
Koszt szkolenia	2300,00 zł (dla zorganizowanego zespołu) 250,00 zł (od osoby)